

---

## HUBUNGAN *EMOTIONAL MATURITY* DENGAN KEJADIAN *SELF-HARM* PADA REMAJA PUTRI DI SMP YOGYAKARTA

### THE CORRELATION OF *EMOTIONAL MATURITY* AND *SELF-HARM* IN FEMALE ADOLESCENT AT SMP YOGYAKARTA

Nadia Indah Putri Agustina<sup>1</sup>, Rizqi Wahyu Hidayati<sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Ringroad Barat, Ambarketawang, Sleman, Yogyakarta

e-mail: ririzpl@gmail.com\*

---

#### INDEX

**Kata kunci:**  
*Emotional Maturity, Remaja Putri, Self-Harm*

**Keywords:**  
*Emotional Maturity, Female Adolescent Self-Harm*

---

#### ABSTRAK

*Emotional maturity* ialah keadaan individu yang tidak meledak emosinya, dampak *emotional maturity* yang labil adalah koping negatif seperti *self-harm* hingga bunuh diri. Temuan kasus di Indonesia mengungkapkan terdapat 50% remaja dari 215 pernah melukai diri sendiri dengan prevalensi perempuan sebanyak 80%. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan *emotional maturity* dengan kejadian *self-harm* pada remaja putri di SMP Yogyakarta. Metode yang digunakan kuantitatif dengan desain analitik korelasi melalui pendekatan *cross sectional*. Sampel jenuh sebesar 61 responden dengan kriteria inklusi yaitu memiliki masalah dalam hubungan sosial dan trauma masalah. Ekskusi yaitu remaja dengan gangguan mental. Hasil penelitian menunjukkan 50,8% berusia 13 tahun, 83,6% tinggal dengan orang tua, 36.1% korban *bullying*, 80.3% *tingkat emotional maturity*, dan 41% cenderung *self-harm*. Selain itu, hasil uji chi square  $p = 0.081$ . oleh karena itu, tidak terdapat hubungan antara *emotional maturity* dengan kejadian *self-harm* pada remaja putri di SMP Yogyakarta. Peneliti menyarankan untuk menambah jumlah sampel pada penelitian berikutnya.

*Emotional maturity is the state of individuals who do not explode their emotions, the impact of unstable emotional maturity is negative coping such as self-harm to suicide. Case findings in Indonesia reveal that 50% of adolescents out of 215 have self-harmed with a female prevalence of 80%. This study aims to determine the correlation between emotional maturity and the incidence of self-harm in female adolescent in Yogyakarta. The method used was quantitative with a correlation analytic design through a cross sectional approach. Saturated sample of 61 respondents with inclusion criteria, namely having problems in social relationships and past trauma. Exclusion was female-adolescents with mental disorders. The results showed 50.8% was 13 years old, 83.6% lived with parents, 36.1% was victims of bullying, 80.3% had a high level of emotional maturity, and 41% tended to self-harm. In addition, the results of the chi square test  $p = 0.081$ . Therefore, there was no relationship between emotional maturity and the incidence of self-harm in female-adolescent in Yogyakarta. The researcher suggested to increase the number of samples in the next study.*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa pergantian menuju dewasa dari anak-anak diikuti dengan perubahan biologis, kognitif dan psikologis (Apsari, 2021). Perubahan psikologis pada awal remaja terdiri dari ketidakstabilan cara berpikir, krisis identitas, peningkatan ekspresi verbal, perilaku cenderung kekanak-kanakan dan mudah terpengaruh teman sebaya (Awalinni, Aminatuzzuchriyah & Harsono, 2023). Individu yang tidak stabil secara psikologis dapat menyebabkan berbagai gangguan pada dirinya, salah satunya *body image* negatif. Umumnya *body image* negatif lebih sering ditemui pada perempuan, mereka cenderung lebih kritis dan memiliki persepsi kuat dalam menilai tubuh dibandingkan seorang laki-laki (Batubara, 2016).

Penelitian yang dilakukan di Surabaya pada 254 remaja, 42,5% ditemukan mengalami kecemasan sosial dan 5,5% mengalami depresi karena *body image* negative (Guntur *et.al*, 2021). Depresi dapat dipicu karena rendahnya tingkat *emotional* maturity pada remaja. Menurut Hurlock tahun 2017, *emotional* maturity ialah keadaan individu yang tidak meledak emosinya dan bisa menempatkan pada situasi dan waktu

yang tepat (Hurlock *et.al*, 2017). Seseorang yang belum mencapai kematangan emosi stabil cenderung melakukan *self-harm* hingga lebih parahny bahkan mencoba untuk bunuh diri dalam pelampiasan masalah (Mahmudah, 2021). *Self-harm* dapat memicu timbulnya dampak secara fisik maupun psikis pada pelakunya. Dampak fisik yang terlihat jelas ditandai bekas luka hingga menimbulkan infeksi pada luka. Secara psikis *self-harm* dapat membuat pelakunya teradiksi hingga tergiring dalam upaya risiko bunuh diri (Marwoko, 2019).

## METODE

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain korelasional, dan pendekatan secara *cross-sectional*. Berlokasi di salah satu SMP di Yogyakarta. Sampel pada riset ini diambil secara non probability sampling dengan teknik sampel jenuh yaitu 61. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner *Emotional Maturity Scale* dan kuesioner *Self-Harm Inventory* (Kurniawati, 2019; Triana, 2019). Analisis data yang digunakan yaitu Univariat menggunakan uji statistik deskriptif dan Bivariat untuk menguji hubungan, pengumpulan data diambil

tanggal 13 April 2023. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Nomor: Skep/72/KEPK/IV/2023.

## HASIL

Berikut adalah hasil penelitian yang dilakukan di salah satu SMP Yogyakarta.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Usia Responden

Karakteristik	frekuensi (f)	Persentase (%)
<i>Usia</i>		
12 Tahun	6	9,8
13 Tahun	31	50,8
14 Tahun	18	29,5
15 Tahun	6	9,8
Jumlah	61	100

Sumber: Data Primer 2023.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia terbanyak yaitu usia 13 tahun sebanyak 31 siswi (50,8%).

Tabel 2. Karakteristik Latar Belakang Keluarga Responden

Latar Belakang Keluarga	frekuensi (f)	Persentase (%)
<i>Tinggal Dengan</i>		
Orang tua	51	83,6
Saudara	1	1,6
Kakek/nenek	1	1,6
Keluarga Besar	8	13,1
Jumlah	61	100

Sumber: Data Primer 2023.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan dari 61 responden, didapatkan sebagian besar bertempat tinggal dengan orang tua yaitu sebanyak 51 siswi (83,6%).

Tabel 3. Karakteristik Trauma Di Masa Lalu Responden

Trauma	frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak ada	10	16,4
Korban Bullying	22	36,1
Penolakan/pengabaian	10	16,4
Perpisahan	6	9,8
Korban/saksi KDRT	8	13,1
Korban Kekerasan	5	8,2
Jumlah	61	100

Sumber: Data Primer 2023.

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan sebagian besar 22 responden (36,1%) memiliki trauma di masa lalu menjadi korban dari *bullying*.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Emotional Maturity Remaja Putri SMP Yogyakarta

Emotional Maturity	frekuensi (f)	Persentase (%)
Sedang	12	19,7
Rendah	49	80,3
Jumlah	61	100

Sumber: Data Primer 2023.

Berdasarkan tabel 4 didapatkan sebagian besar *emotional maturity* pada kategori rendah yaitu sejumlah 49 siswi (80,3%), dan sebagian kecil dengan *emotional maturity* pada kategori sedang sejumlah 12 siswi (19,7%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi *Self-Harm* Remaja Putri SMP Yogyakarta

<i>Self-Harm</i>	frekuensi (f)	Persentase (%)
Cenderung	25	41,0
Tidak Cenderung	36	59,0
Jumlah	61	100

Sumber: Data Primer 2023.

Berdasarkan Tabel 5 didapatkan sebagian besar *Self-harm* pada kategori tidak cenderung yaitu sejumlah 36 siswi (59,0%), dan sebagian kecil dengan *Self-harm* pada kategori cenderung sejumlah 25 siswi (41,0%).

Tabel 6. Tabulasi Silang Hubungan *Emotional Maturity* dengan Kejadian *Self-Harm*

<i>Emotional Maturity</i>	<i>Self-Harm</i>						p value
	Cenderung		Tidak Cenderung		Total		
	F	%	f	%	f	%	
Sedang	2	3,3	10	16,4	12	19,7	0,081
Rendah	23	37,7	26	42,6	49	80,3	
Total	25	41,0	36	59,0	61	100	

Berdasarkan tabel 6 didapatkan sebagian besar 49 siswi (80,3%) dengan *emotional maturity* rendah memiliki perilaku tidak cenderung *self-harm* 26 siswi (42,6%), sebagian juga memiliki perilaku cenderung *self-harm* 23 siswi (37,7%). Responden dengan *emotional maturity* sedang 12 siswi (19,7%), didapatkan 10 siswi (16,4%) tidak cenderung memiliki perilaku *self-harm*, dan 2 siswi memiliki perilaku cenderung *self-harm*.

Berdasarkan hasil perhitungan statistik menggunakan uji *Chi square* diperoleh nilai p value sebesar  $0,081 > 0,05$ , artinya bahwa tidak terdapat hubungan *emotional maturity* dengan kejadian *self-harm* pada remaja putri di SMP di Yogyakarta.

## PEMBAHASAN

Remaja yang memiliki perilaku cenderung *self-harm* tidak harus memiliki *emotional maturity* yang rendah, remaja yang memiliki *emotional maturity* yang baik pun bisa melakukan *self-harm*. Hal tersebut dapat disebabkan adanya faktor lain diluar *emotional maturity* yang mempengaruhi kejadian *self-harm* pada remaja putri.

Perasaan kesepian menjadi salah satu faktor penyebab seseorang melakukan perilaku *self-harm*. Pada era sekarang ini, banyak orang tua yang memutuskan untuk keduanya berkarier. Tidak jarang remaja akan merasa kesepian karena kurangnya interaksi dari kedua orang tua. Remaja akan cenderung merasa sendiri dan beranggapan tidak memiliki orang lain untuk mencari jalan keluar dari masalahnya, sehingga mengeluarkan emosi tersebut dengan melukai dirinya

sendiri (Nabilla, *et.al*, 2022).

Faktor lainnya berupa penghargaan diri yang rendah. Perubahan yang terjadi pada masa remaja merupakan awal dari pembentukan harga diri. Individu dengan harga diri positif memiliki kepuasan terhadap harga dirinya yang menimbulkan perasaan percaya diri, diri berharga, dan perasaan berguna. Sebaliknya, seseorang dengan harga diri yang rendah mengingat peristiwa yang tidak menyenangkan atau buruk dengan lebih baik dan cenderung akan memandang negatif pada dirinya sendiri (Pradana, *et.al*, 2017).

Faktor pola asuh, orang tua yang menyediakan anak dengan arahan dan aturan yang jelas akan membantu anak untuk memiliki berbagai kompetensi dalam hidup, termasuk merespon stressor dengan cara yang adaptif. Hal ini akan memberikan anak kesempatan untuk belajar sehingga ketika dihadapkan dengan situasi yang menekan atau menantang anak dapat mengatasinya dengan cara yang adaptif. Sebaliknya, jika perlakuan pola asuh yang diberikan oleh orang tua dirasa kurang mampu diterima dengan baik oleh remaja, akan cenderung menjadikan remaja memilih penyaluran

emosi dengan cara yang negatif seperti *self-harm* (Putri & Nusantoro, 2020).

Faktor lainnya berupa pengaruh lingkungan dan teman sebaya. Mereka hampir setiap hari berkomunikasi, berinteraksi dengan teman satu sekolah ataupun teman di dekat rumah karena seorang perempuan lebih senang berkumpul untuk bercengkerama. Interaksi yang diciptakan di lingkungan sosial dapat mempengaruhi, dan mengubah kelakuan individu yang lain atau sebaliknya. Pada zaman sekarang, kemudahan akses internet bagi remaja sangat dipermudah. Tidak jarang ditemui tindakan *self-harm* yang dijadikan sebagai trend di media sosial oleh kalangan remaja hingga mengakibatkan banyak remaja yang ikut-ikutan. hal tersebut sebagai dampak pengaruh lingkungan sosial dan teman sebaya (Syalsadila, *et.al*, 2022).

## KESIMPULAN

Sebagian besar responden berusia 13 tahun (50,8%), latar belakang keluarga sebagian besar tinggal dengan orang tua sebanyak 51 siswi (83,6%), dan sebanyak 22 siswi (36,1%) mengalami trauma sebagai korban bullying. Tingkat emotional maturity yang dimiliki

responden adalah rendah (80,3%) dan sebagian besar responden tidak memiliki kecenderungan self-harm (59,0%). Berdasarkan hasil uji statistik maka tidak terdapat hubungan antara emotional maturity dengan kejadian *self-harm* pada remaja putri di salah satu SMP Yogyakarta dengan nilai p value = 0,081 > 0,05. Peneliti menyarankan untuk memperbesar jumlah sampel pada penelitian berikutnya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Apsari, Nurliana Cipta. Perilaku Self-Harm Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (Self-Harm Or Self-Injuring Behavior By Adolescents. 2021; Vol. 4.
- Awalinni, Aminatuzzuchriyah, and Yudi Tri Harsono. "Hubungan Antara Kesepian Dan Perilaku Non-Suicidal Self-Injury Pada Mahasiswa Psikologi Di Kota Malang The Correlation Between Loneliness and Non-Suicidal Self-Injury Behavior in Psychology Students at Malang City." *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan Tahun 2023*; 14(1):43-59.
- Batubara, Jose RL. "Adolescent Development (Perkembangan Remaja)." *Sari Pediatri*. 2016; 12(1):21. doi: 10.14238/sp12.1.2010.21-9.
- Guntur, Arkadus Ianuar, Eva Meizara Puspita Dewi, and Ahmad Ridfah. "Dinamika Perilaku Self-Injury Pada Remaja Laki-Laki." 2021;
- Ojs.Unm.Ac.Id 1(1):42-54.
- Hurlock, Elizabeth B, Muslichah Zarkasih, and Meitasari Tjandrasa. *Perkembangan Anak*. 6th ed. Jakarta: Erlangga; 2017.
- Kusumadewi, A. F. et al. Self-Harm Inventory ( SHI ) Versi Indonesia 61 Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm. 2019. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 8(1), 20-25. 8(0274)
- Mahmudah, M. "The Effect Of People Interaction And Self Trust On Self." *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*. 2021; 104-12.
- Marwoko, Gatot C. A. "Psikologi Perkembangan Masa Remaja." *Jurnal Tabbiyah Syari'ah Islam*. 2019; 26(1):60-75.
- Nabilla, Maharani, Luh Surini, Yulia Savitri, Sri Redatin, Retno Pudjiati, Profesi Psikologi, and Fakultas Psikologi. "Analitika Jurnal Magister Psikologi UMA Hubungan Antara Pola Asuh Positif Dan Perilaku Melukai Diri Remaja The Correlation between Positive Parenting and Adolescent Self-Injuries Behavior." *Jurnal Magister Psikologi UMA*. 2022; 14(1):2502-4590.
- Pradana, Alex Mardian, Dra Khususiyah, M. Pd, Galang Surya Gumilang, M. Pd. "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VII Smp Negeri 1 Baron Tahun 2016 / 2017. Dibimbing Oleh : Surat Pe." *Program Studi, dan Bimbingan*; 2017.
- Putri, Nadia Rachma, and Eko Nusantoro. "Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Self Injury

Pada Siswa Smp Negeri Di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020.” Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling. 2020; 6(2):139. doi: 10.22373/je.v6i2.6324.

Syalsadila, Aulia, Diani Nawangsih, and Endah. “Pengaruh Body Image Terhadap Self Confidence Pada Remaja Putri Pengguna Tiktok.” Psychology Science. 2022; Vol. 2 No.:326-34.

Triana, Khairil Ashran. “Perbedaan Kematangan Emosi Ditinjau Dari Keutuhan Keluarga Pada Remaja. 2019. Universitas Muhammadiyah Malang 8(5):55.